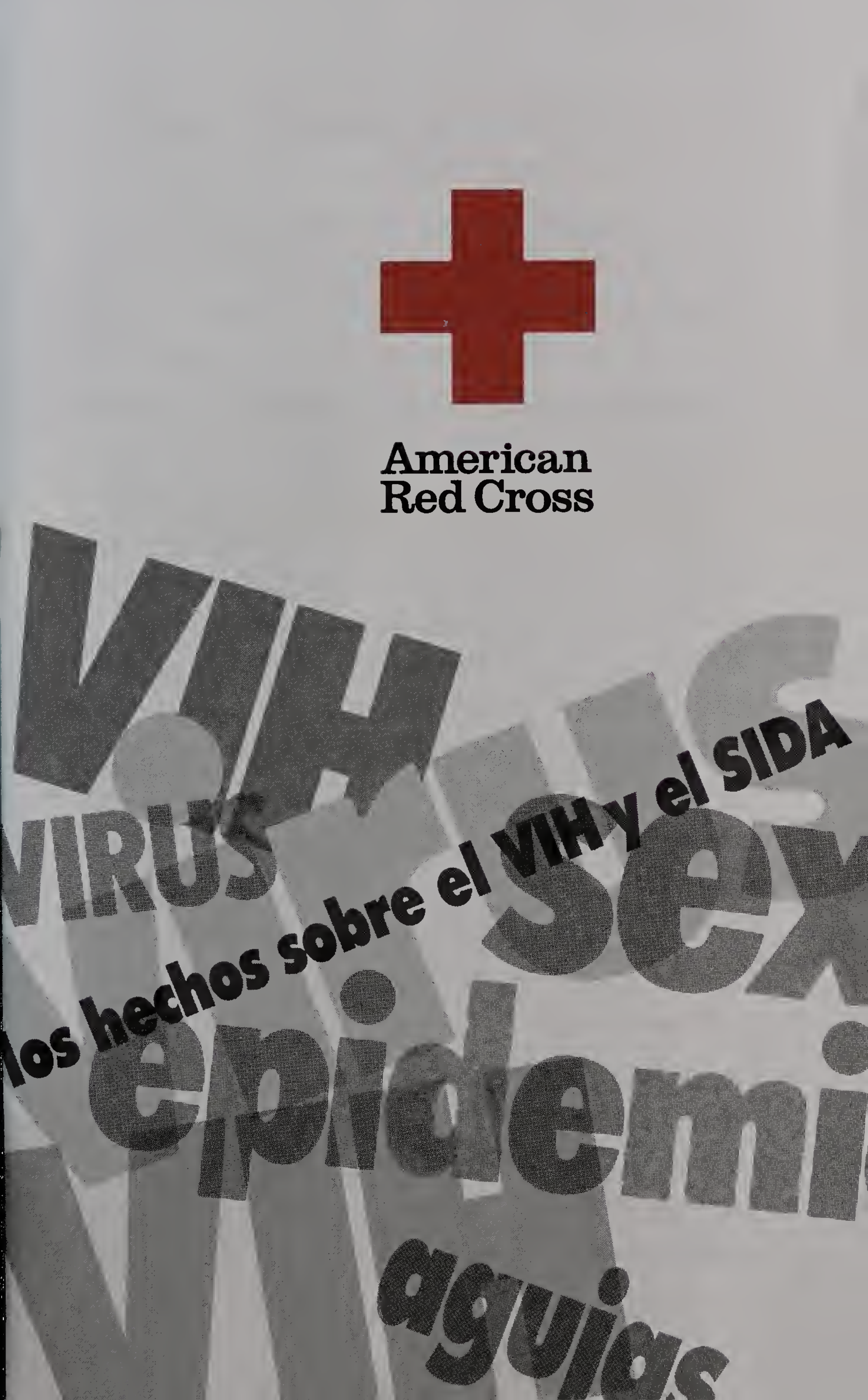
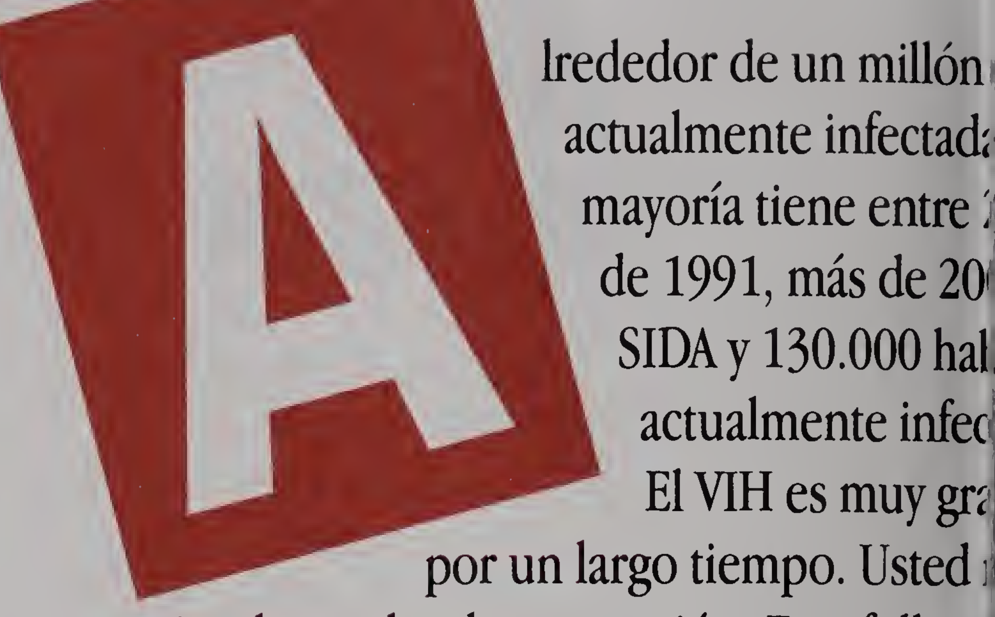
VIH Y EL SIDA


American
Red Cross
VIH
VIRUS
los hechos sobre el VIH y el SIDA
agujas



A lrededor de un millón
actualmente infectad
mayoría tiene entre
de 1991, más de 20
SIDA y 130.000 hal
actualmente infec
El VIH es muy gr
por un largo tiempo. Usted
simples reglas de precaución. Este folleto
con el VIH, incluyendo el SIDA, que le permitirá
protegerse.

HECHO: El SIDA es causado por un virus llamado VIH.

VIH es la sigla para *virus de la inmunodeficiencia humana.* Este es el virus que causa el SIDA, *síndrome de inmunodeficiencia adquirida*. El VIH se transmite de una persona a otra a través de relaciones sexuales y del contacto de sangre con sangre. Cuando una persona se infecta con el VIH, el virus ataca su sistema inmunológico (el sistema que lo defiende de las enfermedades). Una persona desarrolla el SIDA cuando su sistema inmunológico está tan debilitado que no puede seguir combatiendo las enfermedades e infecciones. Estas enfermedades e infecciones pueden ser mortales. La mayoría de las personas se infectan con el VIH al tener relaciones sexuales o compartir agujas y/o jeringas con alguien que ya tiene el virus. **El VIH no discrimina. Cualquiera puede contraer el VIH.**

HECHO: Las personas infectadas con el VIH pueden verse y sentirse saludables por largo tiempo.

Puede llevar hasta 10 años para que las personas infectadas con el VIH desarrollen el SIDA. Pueden verse y sentirse saludables por años después de haberse infectado. Aun cuando no se vean o se sientan enfermas pueden infectar a otros.

personas en los Estados Unidos están
on el VIH, el virus que causa el SIDA. La
49 años de edad y se ven saludables. A fines
00 personas habían sido diagnosticadas con el
a muerto. Muchas de las personas que están
as con el VIH no creían que estaban en riesgo.
El VIH es mortal. El VIH va a estar con nosotros
iene por qué contraer el VIH si sigue unas
la información importante sobre la infección
sted y a sus seres queridos aprender cómo

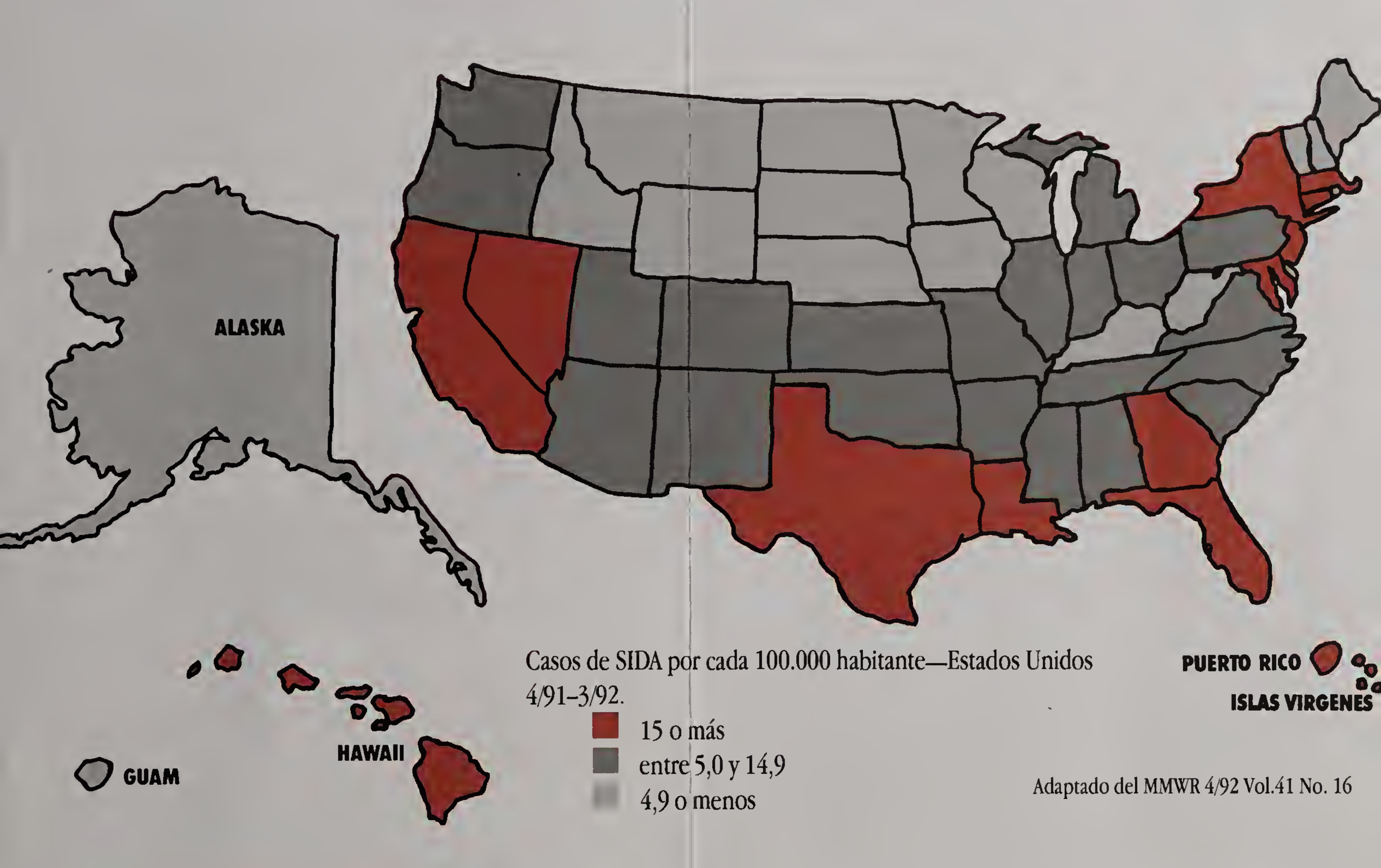
HECHO: Cuando aparecen los signos de la enfermedad, estos varían de persona a persona.

Algunas personas tienen fiebre o diarrea. La mayoría tiene inflamación de las glándulas que no desaparece. Muchos pierden peso sin razón aparente. Esto se debe a que el virus daña las defensas del cuerpo (sistema inmunológico). Cuando las personas desarrollan el SIDA, pueden sufrir enfermedades que las personas sanas generalmente resisten. Solamente un examen de sangre puede indicar si alguien está infectado con el VIH. Sólo un médico puede diagnosticar el SIDA.



HECHO: Hay personas infectadas con el VIH en los 50 estados de los Estados Unidos.

Todos deben saber sobre el VIH. Todos necesitan aprender cómo prevenir la infección por el VIH.



Adaptado del MMWR 4/92 Vol.41 No. 16

HECHO: Es imposible que una persona contraiga el VIH donando sangre o plasma.

En los Estados Unidos, cada parte del equipo (agujas, sondas, recipientes) que se usa para extraer sangre es nuevo. Se usa solamente una vez y después se destruye. Usted no puede contraer el VIH **donando** sangre.

HECHO: Actualmente en los Estados Unidos son muy pocas las posibilidades de contraer el VIH por transfusiones de sangre.

Todas las donaciones de sangre y de plasma se analizan para detectar anticuerpos al VIH—los exámenes comenzaron en 1985. Las pruebas son más del 99 por ciento precisas. No se les permite dar sangre a las personas en riesgo de estar infectadas por ciertos gérmenes, incluyendo el VIH. Si se encuentran rastros del virus en sangre donada, ésta se destruye. Antes de 1985, algunas personas contrajeron el VIH a través de sangre o hemoderivados infectados (usados por transfusión y para tratar enfermedades como la hemofilia).

HECHO: Hay exámenes de sangre para detectar anticuerpos contra el VIH.

Si usted cree que puede estar infectado con el VIH, puede hacerse una análisis de sangre para detectar

HECHO: La mayoría de las personas con el VIH o el SIDA contrajeron el virus al tener relaciones sexuales o compartir agujas y/o jeringas con alguien que ya estaba infectado.

Estas son las formas más comunes de transmisión del VIH—

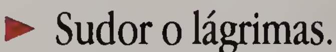
- Teniendo sexo vaginal, anal u oral con alguien infectado con el VIH.
- Compartiendo agujas o jeringas con alguien infectado con el VIH.
- De una madre infectada a su hijo durante el embarazo o el parto, o en raras ocasiones por la lactancia materna.

HECHO: Usted no puede "pescar" el VIH como contrae un resfriado.

A diferencia de otros virus, el VIH no se transmite por el aire o el agua. El VIH no se contagia por el contacto social diario.

Usted no puede contraer el VIH por—

- Apretones de manos.
- Abrazos.
- Tos o estornudos.



- Sudor o lágrimas.
- Mosquitos u otros insectos.
- Animales domésticos.
- Comiendo alimentos preparados por otra persona.
- Estando cerca de una persona infectada.

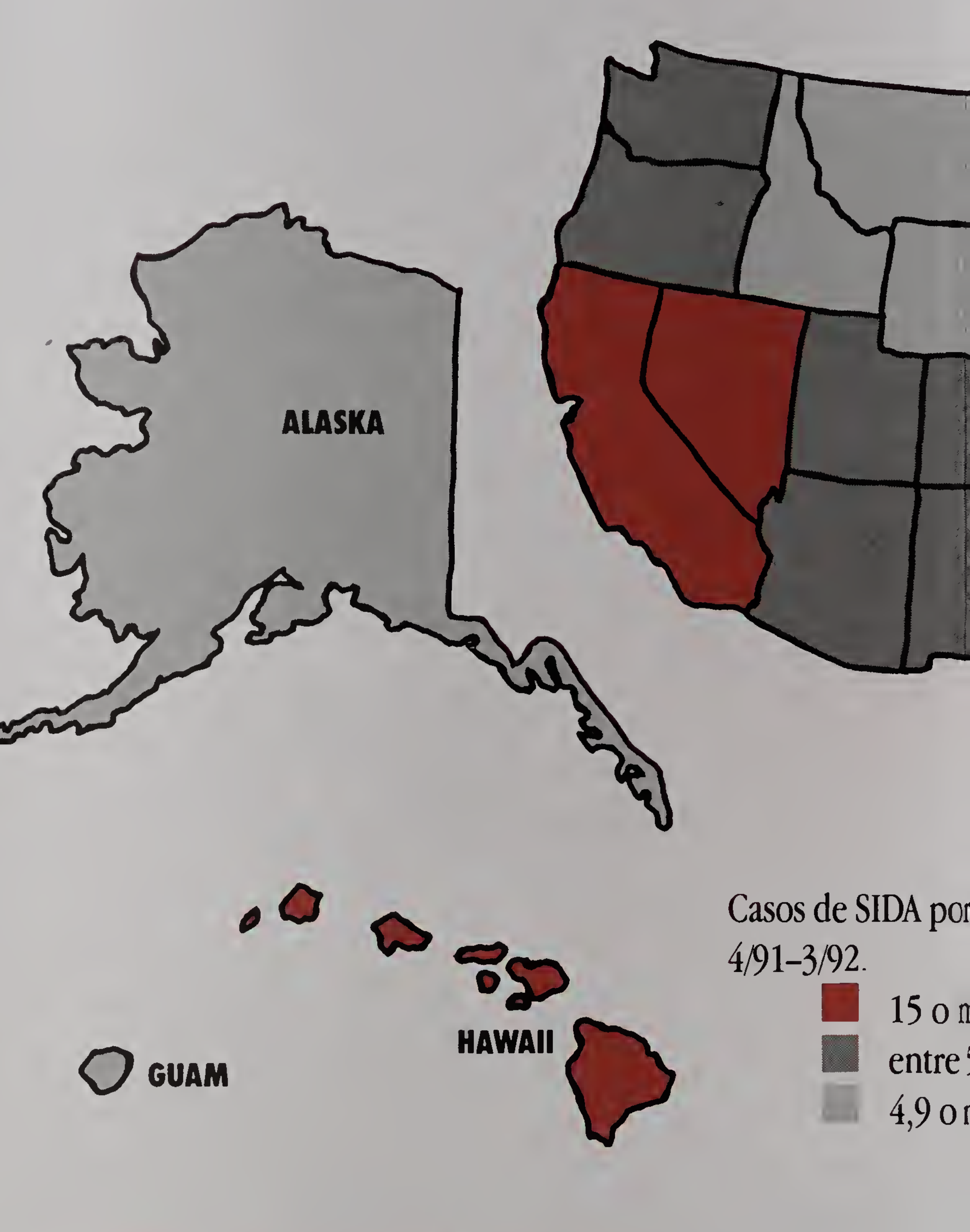


O por usar—

- Piscinas.
- Inodoros.
- Teléfonos o computadoras.
- Pajillas para beber, cucharas o tazas.
- Fuentes de agua para beber.

HECHO: Hay personas infectadas con el VIH e

Todos deben saber sobre el VIH. Todos necesitan aprender cómo pre



HECHO: Es imposible que una persona contraiga el VIH donando sangre o plasma.

En los Estados Unidos, cada parte del equipo (agujas, sondas, recipientes) que se usa para extraer sangre es nuevo. Se usa solamente una vez y después se destruye. Usted no puede contraer el VIH **donando** sangre.

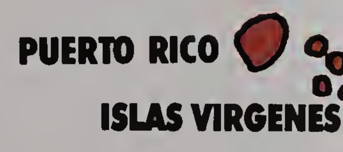
HECHO: Actualmente en los Estados Unidos son muy pocas las posibilidades de contraer el VIH por transfusiones de sangre.

Todas las donaciones de sangre y de plasma se analizan para detectar anticuerpos al VIH—los exámenes

en los 50 estados de los Estados Unidos.

prevenir la infección por el VIH.

por cada 100.000 habitante—Estados Unidos



0 más
re 5,0 y 14,9
0 menos

Adaptado del MMWR 4/92 Vol.41 No. 16

comenzaron en 1985. Las pruebas son más del 99 por ciento precisas. No se les permite dar sangre a las personas en riesgo de estar infectadas por ciertos gérmenes, incluyendo el VIH. Si se encuentran rastros del virus en sangre donada, ésta se destruye. Antes de 1985, algunas personas contrajeron el VIH a través de sangre o hemoderivados infectados (usados por transfusión y para tratar enfermedades como la hemofilia).

HECHO: Hay exámenes de sangre para detectar anticuerpos contra el VIH.

Si usted cree que puede estar infectado con el VIH, puede hacerse una análisis de sangre para detectar

anticuerpos y recibir orientación antes y después del examen. Estos análisis buscan la presencia de anticuerpos al VIH como signos del virus. El cuerpo casi siempre desarrolla anticuerpos para combatir los virus que entran al torrente sanguíneo.

Actualmente los análisis de sangre son más del 99 por ciento precisos. Sin embargo, generalmente toma entre unas pocas semanas y unos pocos meses después que una persona se infecta, para que un número suficiente de anticuerpos se desarrolle y se detecte en la sangre. Por esta razón, si una persona se contagió recientemente, la prueba puede no demostrar que está infectada. Póngase en contacto con su departamento local de salud pública, su organización local de servicios para el SIDA, el capítulo local de la Cruz Roja o la oficina de un médico, para recibir mayor información sobre pruebas para el VIH y orientación.

HECHO: Hasta el momento no hay vacuna para el VIH o cura para el SIDA.

Actualmente existen algunos medicamentos que ayudan a tratar los síntomas de los pacientes con SIDA para que vivan más confortablemente. Ninguno de estos medicamentos puede prevenir la infección con el VIH. Ninguno de los medicamentos puede curar el SIDA. Pero las personas **pueden prevenir la infección por el VIH** aprendiendo los hechos y actuando de acuerdo a ellos.



HECHO: Usted se puede proteger del virus.

Las mejores formas de protegerse de la infección por el VIH son—

► No tenga relaciones sexuales. Usted puede infectarse con sólo una experiencia sexual.

► Evite el contacto con la sangre, semen y fluidos vaginales de otra persona.

► No se inyecte drogas.

► Nunca comparta agujas o jeringas. No debe compartirse ningún objeto que pueda penetrar la piel.

► No use drogas ni bebidas alcohólicas. Pueden impedir que usted piense con claridad y hacer que tome decisiones equivocadas.

Si usted tiene relaciones sexuales—

► Mantenga relaciones sexuales sólo con alguien que no esté infectado, que tenga sexo solamente con usted, que no se inyecte drogas ni comparta agujas o jeringas. Recuerde que es difícil conocer estas cosas sobre otra persona.

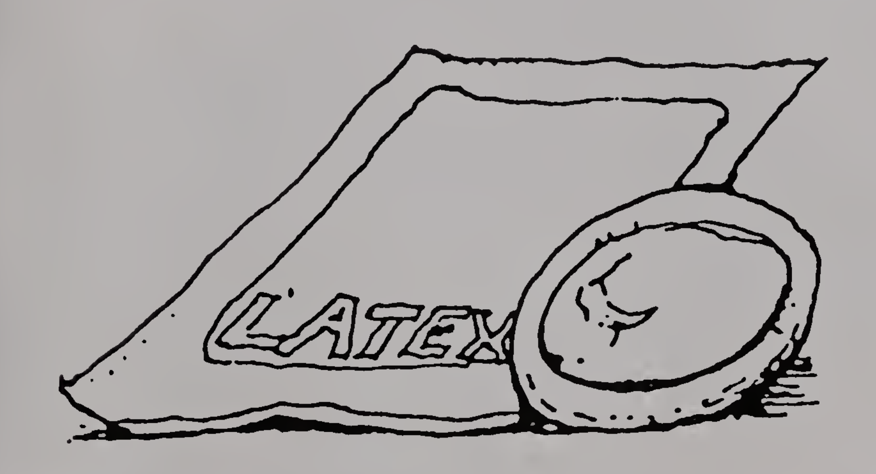
► Siempre use un condón de látex para cualquier tipo de relación sexual que desarrolle—vaginal, anal u oral—debido a que es posible que usted no sepa si su pareja está infectada.

El tener relaciones sexuales y el usar un condón son decisiones que usted puede tomar varias veces. Puede decidir no tener relaciones sexuales, aun cuando las haya tenido en el pasado. Puede elegir usar condones, aun cuando no lo haya hecho en el pasado. Use lo que ha aprendido para tomar decisiones adecuadas sobre sexo para usted y su pareja.

HECHO: Los condones de látex pueden ayudar a prevenir la infección por el VIH.

Los condones de látex pueden ayudar a disminuir su riesgo de contraer el VIH a través del sexo, como también su riesgo de contraer otras enfermedades de transmisión sexual (ETS). Los condones de látex son una barrera efectiva contra las enfermedades. Pero los condones no son infalibles. No eliminan por completo el

riesgo de infección porque pueden romperse, rasgarse o salirse. Deben ponerse antes del acto sexual y usarse en forma correcta desde el comienzo hasta el final y para cada relación sexual, sea ésta vaginal, anal u oral. La píldoras anticonceptivas y los diafragmas no lo protegerán a usted o a su pareja del VIH y de otras ETS.



Cómo usar los condones

Use solamente condones de látex.

- **Guarde los condones en un lugar fresco, seco y alejado del sol.**
- **Use un condón nuevo para cada acto sexual.**
- **Póngase el condón antes de cualquier contacto genital.**
- **Deje espacio en la punta del condón.**
- **Para aumentar la protección durante sexo vaginal use un espermicida con su condón (crema anticonceptiva, espuma o jalea).**
- **Para aumentar la seguridad use con su condón un lubricante a base de agua. No use lubricantes a base de aceite (jalea de petróleo, crema para la cara, aceite de bebé, o manteca). Estos pueden debilitarlo y el condón puede romperse.**
- **Asegúrese que el condón no se salga durante el acto sexual.**

HECHO: Usted puede ayudar en la lucha contra el VIH y el SIDA siendo un voluntario.

Siempre se necesitan voluntarios. Ellos pueden responder líneas de emergencia del SIDA y ayudar a enseñar a otros sobre el VIH y el SIDA. Pueden ayudar a las personas con SIDA en sus compras o llevándoles las comidas a sus hogares. Pueden ayudar a recolectar fondos para combatir esta epidemia. Llame a su capítulo local de la Cruz Roja u organización que brinde servicios para el SIDA para saber cómo puede ayudar.



HECHO: Las personas con VIH y SIDA necesitan que usted les demuestre amor y comprensión.

Usted no puede contraer el SIDA siendo un amigo. La mayoría de las personas con SIDA están con frecuencia enfermas y bajo mucho estrés. Necesitan de su apoyo y cuidado. Pregúnteles cómo puede ayudarlos.

¿Qué puedo hacer para ayudar?

Conozca los hechos sobre el VIH y el SIDA.
Use lo que ha aprendido para protegerse. Comparta estos conocimientos sobre el VIH y el SIDA con su familia, amigos y compañeros de trabajo.

Sea un ejemplo para otros.
Demuestre apoyo y cuidado para las personas infectadas con el VIH y para quienes viven con SIDA. Recuerde que no puede contagiarse demostrando amistad.

Auspicie una campaña de donación de sangre o done usted sangre.
Las donaciones de sangre de voluntarios sanos ayudan a salvar vidas. Asegúrese que cumple con los requerimientos para donar antes de dar sangre. Es imposible que una persona contraiga el VIH donando sangre.

Auspicie una campaña para recaudar fondos para el SIDA o haga una donación en dinero.

Sea un instructor de la Cruz Roja para el VIH y el SIDA.

Para mayor información, póngase en contacto con—

- Su capítulo local de la Cruz Roja.
- La línea nacional para información sobre el SIDA (gratis): 1-800-342-AIDS. Línea Nacional del SIDA en Español: 1-800-344-7432. Para las personas con problemas de audición, TTY/TDD Hotline: 1-800-AIDS-TTY.
- Su médico u otro proveedor de servicios de salud.
- Su departamento de salud pública local o estatal.
- Su organización local de servicios para el SIDA.

Otros folletos de la Cruz Roja sobre el VIH y el SIDA

- *HIV and AIDS*
- *Children, Parents, and HIV*
- *Teenagers and HIV*
- *Your Job and HIV: Are There Risks?*
- *Women, Sex, and HIV*
- *Giving and Receiving Blood*
- *Testing for HIV Infection*
- *Living With HIV Infection*
- *A Guide to Home Care for the Person Living With AIDS*

Otros programas y materiales de la Cruz Roja sobre el VIH y el SIDA

- Curso de Instructor sobre el VIH/SIDA
- African American HIV/AIDS Program
- Programa sobre el VIH/SIDA para Hispanos
- Programa sobre el VIH/SIDA en el Lugar de Trabajo
- Youth Materials

Esta publicación fue financiada bajo el Acuerdo de Cooperación No. U62/CCU 303031-04 de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades del Servicio de Salud Pública de los Estados Unidos. Su contenido es responsabilidad exclusiva de la Cruz Roja Americana y no representa necesariamente la opinión oficial de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades.

ISBN 0-86536-178-9
Stock No. 329565
Noviembre 1993

